

Меню-раскладка
З.ДОУ 545, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом сливочным	224,58781	6,39199	8,07397	26,76034	200,000
Батон 35 гр	82,81336	2,69500	1,05000	18,65500	35,000
Масло сливочное 7г.	52,71863	0,03500	5,77500	0,05603	7,000
Чай с сахаром 180 гр	44,64932	0,00000	0,00000	10,62568	180,000
Итого:	404,76912	9,12199	14,89897	56,09705	422,000
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 200г	92,63014	1,00000	0,20000	20,20000	200,000
Итого:	92,63014	1,00000	0,20000	20,20000	200,000
Обед					
Зеленый горошек	19,92329	1,43603	0,08671	2,91493	50,000
Борщ вегетарианский со сметаной	79,12562	1,42753	4,04630	8,70925	200,000
Гуляш из отварного мяса (ясли 60г, сад 80г)	119,57308	11,49842	10,05130	4,51671	80,000
Каша перловая 130 гр	190,17370	3,96212	4,79164	30,22384	130,000
Компот из изюма 180г	68,39082	0,15226	0,00000	16,53884	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	72,89589	2,64000	0,48000	16,72000	40,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	550,08240	21,11636	19,45595	79,62357	685,000
Полдник					
Снежок 150 г.	120,37274	3,74397	4,60801	15,69603	150,000
Хлеб пшеничный (полдник)	58,14555	1,78603	0,19801	11,39774	25,000
Повидло	50,75342	0,08062	0,00000	13,30562	20,000
Запеканка творожная 120 гр	319,38055	15,26452	19,64068	11,44925	120,000
Итого:	548,65226	20,87514	24,44670	51,84864	315,000
Всего:	1 596,13392	52,11349	59,00162	207,76926	1 622,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
3.ДОУ 545, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 180г	190,00326	5,26637	7,06237	25,75259	180,000
Сыр 13 гр	42,44859	3,10963	3,20526	0,00000	13,000
Батон 35 гр	82,85926	2,69504	1,05000	18,65504	35,000
Какао с молоком 180 гр	139,44533	3,39244	3,22741	21,56430	180,000
Итого:	454,75644	14,46348	14,54504	65,97193	408,000
Завтрак второй					
Мандарины 120 гр	34,08178	0,71037	0,17763	6,66000	120,000
Итого:	34,08178	0,71037	0,17763	6,66000	120,000
Обед					
Помидор порционный 40 гр	10,93607	0,51919	0,09437	2,36000	40,000
Суп овощной на вегетарианском бульоне со сметаной	64,29400	1,33570	2,77430	7,81030	200,000
Птица отварная	197,51289	15,56830	14,73474	0,57970	80,000
Картофельное пюре 130 гр	125,85615	2,58185	3,42326	19,07667	130,000
Напиток из клюквы	65,12889	0,14104	0,00000	15,12415	200,000
Хлеб ржаной 40 гр	72,93630	2,64000	0,48000	16,72000	40,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	536,66430	22,78608	21,50667	61,67082	695,000
Полдник					
Хлеб пшеничный (полдник)	58,17778	1,78600	0,19800	11,39778	25,000
Макаронные изделия отварные с сыром 130 гр	200,22489	6,05637	5,27244	28,27474	130,000
Чай с молоком 180гр	87,85600	2,36881	2,53437	12,02296	180,000
Печенье 25 гр	115,34815	2,60000	1,30000	19,20000	25,000
Итого:	461,60682	12,81118	9,30481	70,89548	360,000
Всего:	1 487,10934	50,77111	45,53415	205,19823	1 583,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
З.ДОУ 545, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 180г	201,14375	5,29596	5,05294	29,86390	180,000
Батон 35 гр	82,85478	2,69500	1,05000	18,65500	35,000
Масло сливочное 7г.	52,74500	0,03500	5,77500	0,05603	7,000
Кофейный напиток с молоком 180 гр	94,75272	2,52316	2,53441	12,72721	180,000
Итого:	431,49625	10,54912	14,41235	61,30214	402,000
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 200г	92,67647	1,00000	0,20000	20,20000	200,000
Итого:	92,67647	1,00000	0,20000	20,20000	200,000
Обед					
Салат из капусты со сладкой кукурузой	62,07360	1,17574	3,12287	8,04507	60,000
Суп рыбный	121,91750	8,02434	2,79493	14,36132	200,000
Плов из мяса говядины 200 гр.	360,63846	14,94154	17,15978	30,14096	200,000
Напиток из шиповника 180 гр	64,42331	0,43147	0,00000	15,54463	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	72,93235	2,64000	0,48000	16,72000	40,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	681,98522	27,21309	23,55758	84,81198	685,000
Полдник					
Хлеб пшеничный (полдник)	58,17463	1,78603	0,19801	11,39772	25,000
Кефир 150 г	84,50647	4,19331	4,79235	6,14015	150,000
Сгущенное молоко 20 гр	66,02353	1,47434	1,74051	11,46699	20,000
Запеканка творожная 120 гр	319,71162	15,24228	19,62206	11,44794	120,000
Итого:	528,41625	22,69596	26,35293	40,45280	315,000
Всего:	1 734,57419	61,45817	64,52286	206,76692	1 602,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
3.ДОУ 545, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша из гречи и пшена молочная ("Дружба 1") с маслом	187,31336	4,95474	7,06818	22,39708	200,000
Сыр 13 гр	42,44555	3,10964	3,20526	0,00000	13,000
Батон 35 гр	82,85036	2,69504	1,05000	18,65504	35,000
Какао с молоком 180 гр	139,43036	3,39248	3,22737	21,56423	180,000
Итого:	452,03963	14,15190	14,55081	62,61635	428,000
Завтрак второй					
Яблоко 130 гр	51,90766	0,45759	0,45759	13,49920	130,000
Сок 0,2 л - 200г	92,67153	1,00000	0,20000	20,20000	200,000
Итого:	144,57919	1,45759	0,65759	33,69920	330,000
Обед					
Огурец свежий порционный 40 гр	5,64088	0,31964	0,03993	1,51810	40,000
Суп крестьянский со сметаной	97,51599	1,81474	4,49066	11,52839	200,000
Суфле из рыбы	302,30394	28,67022	16,07095	3,19912	80,000
Рагу из овощей .	110,26518	2,43482	4,71007	12,84102	130,000
Напиток из брусники 180 гр	61,59635	0,09401	0,00000	14,53270	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	72,92847	2,64000	0,48000	16,72000	40,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	650,25081	35,97343	25,79161	60,33933	675,000
Полдник					
Хлеб пшеничный (полдник)	58,17153	1,78599	0,19803	11,39774	25,000
Свекла тушеная в сметанном соусе 130г	94,12628	2,18978	3,17036	15,17431	130,000
Чай с сахаром 180 гр	44,67774	0,00000	0,00000	10,62569	180,000
Печенье 20 гр	92,26861	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Итого:	289,24416	6,05577	4,40839	52,55774	355,000
Всего:	1 536,11379	57,63869	45,40840	209,21262	1 788,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
З.ДОУ 545, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша рисовая молочная с маслом сливочным 180г	226,12201	5,55828	6,17761	33,80179	180,000
Масло сливочное 7г.	52,75075	0,03500	5,77500	0,05597	7,000
Батон 35 гр	82,86381	2,69500	1,05000	18,65500	35,000
Кофейный напиток с молоком 180 гр	94,75187	2,52313	2,53440	12,72731	180,000
Итого:	456,48844	10,81141	15,53701	65,24007	402,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,92164	0,42239	0,42239	12,46082	120,000
Итого:	47,92164	0,42239	0,42239	12,46082	120,000
Обед					
Салат овощной с зеленым горошком	54,75194	1,15246	1,91940	7,36933	60,000
Суп-лапша .	104,97687	1,97194	3,39022	14,82597	200,000
Тефтели из говядины паровые.	190,61448	12,15866	11,16985	5,60321	80,000
Капуста тушеная.	108,76104	2,93216	4,82597	13,91985	150,000
Компот из кураги и изюма 180 гр	65,93910	0,28082	0,00000	15,96201	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	72,94030	2,64000	0,48000	16,72000	40,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	597,98373	21,13604	21,78544	74,40037	715,000
Полдник					
Хлеб пшеничный (полдник)	58,18097	1,78597	0,19799	11,39776	25,000
Омлет натуральный 130 гр	209,96144	11,64000	14,31194	2,82127	130,000
Чай с лимоном 180 гр	35,82739	0,03724	0,00388	8,36985	180,000
Пряник 30 гр	105,78358	1,44000	0,84000	23,31000	30,000
Итого:	409,75338	14,90321	15,35381	45,89888	365,000
Всего:	1 512,14719	47,27305	53,09865	198,00014	1 602,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
З.ДОУ 545, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом	198,81500	5,60711	7,87155	22,75000	200,000
Батон 35 гр	82,82923	2,69500	1,05000	18,65500	35,000
Масло сливочное 7г.	52,72873	0,03500	5,77500	0,05599	7,000
Чай с сахаром 180 гр	44,65261	0,00000	0,00000	10,62570	180,000
Итого:	379,02557	8,33711	14,69655	52,08669	422,000
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 200г	92,64789	1,00000	0,20000	20,20000	200,000
Итого:	92,64789	1,00000	0,20000	20,20000	200,000
Обед					
Суп геркулесовый с мясом	134,62585	6,04190	5,72965	12,99901	200,000
Бефстроганов из отварного мяса говядины (вариант 2) 80 гр.	218,45197	13,04775	13,23563	6,31845	80,000
Каша гречневая рассыпчатая 150г	189,24120	4,71768	6,32352	28,98592	150,000
Компот из ягод замороженных.	95,42732	0,09401	0,01761	22,46063	200,000
Хлеб ржаной 40 гр	72,90986	2,64000	0,48000	16,72000	40,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	710,65620	26,54134	25,78641	87,48401	675,000
Полдник					
Хлеб пшеничный (полдник)	58,15669	1,78599	0,19803	11,39775	25,000
Кефир 150 г	84,48113	4,19331	4,79232	6,14014	150,000
Повидло	50,77465	0,08063	0,00000	13,30563	20,000
Запеканка творожная 120 гр	319,26944	15,24930	19,62796	11,44845	120,000
Итого:	512,68191	21,30923	24,61831	42,29197	315,000
Всего:	1 695,01157	57,18768	65,30127	202,06267	1 612,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
З.ДОУ 545, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 180г	190,01721	5,26640	7,06221	25,75257	180,000
Батон 35 гр	82,85478	2,69500	1,05000	18,65500	35,000
Сыр 13 гр	42,44706	3,10963	3,20529	0,00000	13,000
Кофейный напиток с молоком 180 г	105,42559	2,52316	2,53441	15,45176	180,000
Итого:	420,74464	13,59419	13,85191	59,85933	408,000
Завтрак второй					
Груша 120 гр	51,17471	0,43199	0,32397	11,12397	120,000
Итого:	51,17471	0,43199	0,32397	11,12397	120,000
Обед					
Помидор порционный 40 гр	10,93515	0,51919	0,09441	2,36000	40,000
Свекольник вегетарианский со сметаной	101,72728	1,77610	4,10169	13,74007	200,000
Котлета из мяса кури.	115,01213	15,24294	3,08368	4,19743	80,000
Макаронные изделия отварные 130 гр.	210,80875	5,00926	4,12368	34,79750	130,000
Компот из кураги 180 г	75,84941	0,52787	0,00000	18,46456	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	72,93235	2,64000	0,48000	16,72000	40,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	587,26507	25,71536	11,88346	90,27956	675,000
Полдник					
Фруктовое пюре	40,83088	0,56250	0,11250	10,12500	125,000
Чай с лимоном 180 гр	35,82397	0,03721	0,00390	8,36978	180,000
Манник (68 гр)	314,57809	7,55559	9,36265	44,09265	68,000
Итого:	391,23294	8,15530	9,47905	62,58743	373,000
Всего:	1 450,41736	47,89684	35,53839	223,85029	1 576,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
З.ДОУ 545, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным 180г	171,98441	4,45503	5,79503	21,78210	180,000
Батон 35 гр	82,82517	2,69503	1,05000	18,65503	35,000
Чай с сахаром 180 гр	44,65839	0,00000	0,00000	10,62573	180,000
Итого:	299,46797	7,15006	6,84503	51,06286	395,000
Завтрак второй					
Груша 90 гр	42,59580	0,36000	0,27000	9,27000	90,000
Итого:	42,59580	0,36000	0,27000	9,27000	90,000
Обед					
Салат из белокачанной капусты со сладкой консервированной кукурузой	42,10105	0,56545	3,02580	3,80483	60,000
Суп гороховый со сметаной	113,48608	4,02000	3,05713	15,81091	200,000
Азу	330,35014	16,53301	15,86294	23,33147	230,000
Напиток из смородины.	61,67832	0,01000	0,01000	15,70000	200,000
Хлеб ржаной 40 гр	72,90629	2,64000	0,48000	16,72000	40,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	620,52188	23,76846	22,43587	75,36721	735,000
Полдник					
Хлеб пшеничный (полдник)	58,15385	1,78601	0,19797	11,39776	25,000
Снежок 150 г	125,20811	3,89378	4,79231	16,32385	150,000
Суфле творожное 120 гр.	363,20035	14,40629	22,20210	16,34650	120,000
Сгущенное молоко 20 гр	66,01399	1,47434	1,74056	11,46699	20,000
Итого:	612,57630	21,56042	28,93294	55,53510	315,000
Всего:	1 575,16195	52,83894	58,48384	191,23517	1 535,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
З.ДОУ 545, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша гречневая молочная с маслом сливочным 180г	190,54392	5,56664	5,65490	28,94671	180,000
Батон 35 гр	82,82517	2,69503	1,05000	18,65503	35,000
Сыр 13 гр	42,41231	3,10958	3,20531	0,00000	13,000
Кофейный напиток с молоком 180 гр	94,70238	2,52315	2,53441	12,72727	180,000
Итого:	410,48378	13,89440	12,44462	60,32901	408,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,89825	0,42238	0,42238	12,46077	120,000
Итого:	47,89825	0,42238	0,42238	12,46077	120,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с морской капустой и растительным маслом 60гр.	77,87622	0,77077	5,31783	5,79126	60,000
Щи из свежей капусты (вегетарианские) со сметаной 200гр	64,65972	1,57455	2,76147	8,09000	200,000
Биточки(котлеты) рыбные 70 гр.	94,69706	9,46769	1,31804	5,41420	70,000
Рис припущенный с овощами	167,43874	2,94895	6,05259	23,33895	130,000
Напиток из вишни	62,48392	0,10000	0,00000	16,07000	200,000
Хлеб ржаной 40 гр	72,90629	2,64000	0,48000	16,72000	40,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	540,06195	17,50196	15,92993	75,42441	705,000
Полдник					
Суп-пюре из разных овощей 180 гр	83,13427	2,17594	3,51329	9,27119	180,000
Чай с молоком 180гр	87,81986	2,36881	2,53441	12,02294	180,000
Вафли 15 гр	52,86713	0,48000	0,42000	12,13503	15,000
Гренки 30 гр	83,74154	2,57182	0,28510	16,41273	30,000
Итого:	307,56280	7,59657	6,75280	49,84189	405,000
Всего:	1 306,00678	39,41531	35,54973	198,05608	1 638,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
З.ДОУ 545, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Яйцо отварное	63,23916	4,79000	4,05000	0,27000	40,000
Каша пшенная молочная со сливочным маслом.	183,46483	5,53846	6,75420	21,02972	180,000
Масло сливочное 7г.	52,72615	0,03503	5,77503	0,05601	7,000
Батон 35 гр	82,82517	2,69503	1,05000	18,65503	35,000
Какао с молоком 180 гр	139,38797	3,39245	3,22741	21,56434	180,000
Итого:	521,64328	16,45097	20,85664	61,57510	442,000
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 200г	92,64336	1,00000	0,20000	20,20000	200,000
Итого:	92,64336	1,00000	0,20000	20,20000	200,000
Обед					
Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст. мас 60гр.	84,49140	0,85622	5,37678	6,58350	60,000
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	96,44972	1,94972	2,99091	14,01364	200,000
Бигус с мясом	255,04937	21,19378	19,07937	15,17126	230,000
Компот из чернослива и изюма 180 гр	81,60406	0,29441	0,00000	19,71063	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	72,90629	2,64000	0,48000	16,72000	40,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	590,50084	26,93413	27,92706	72,19903	715,000
Полдник					
Хлеб пшеничный (полдник)	58,15385	1,78601	0,19797	11,39776	25,000
Сельдь 30 гр	44,41259	5,13266	2,56629	0,00000	30,000
Картофель отварной	103,96196	1,91294	2,53350	16,65755	100,000
Чай с сахаром 180 гр	44,65839	0,00000	0,00000	10,62573	180,000
Вафли 20 гр	70,48951	0,64000	0,56000	16,18000	20,000
Итого:	321,67630	9,47161	5,85776	54,86104	355,000
Всего:	1 526,46378	53,85671	54,84146	208,83517	1 712,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 208744631447614036545032762199276272953274060030

Владелец Макушина Елена Владимировна

Действителен с 19.12.2024 по 19.12.2025